



PECHINO – Zero medaglie per gli Azzurri. Oro alle donne

Gianmarco Tamberi non riesce a salvare la faccia della spedizione azzurra, nella giornata conclusiva dei Mondiali di atletica leggera di Pechino: l'azzurro chiude all'ottavo posto (2,25 m) nell'interminabile finale del salto in alto maschile, che ha visto Derek Drouin imporsi allo spareggio. Il canadese, infatti, aveva sbagliato tutti e tre i tentativi a 2,36 m, al pari di Bohdan Bondarenko e Guowei Zhang, ma è riuscito a saltare il 2,34 m di spareggio che gli è valso l'oro, lasciando sul secondo gradino del podio l'ucraino e il cinese a pari merito.

L'Italia non aveva mai fatto **peggio di così**. Anche in **Germania** sei anni fa, pur senza medaglie, era andata meglio perché un numero maggiore di azzurri era arrivato in finale. I numeri con cui la spedizione della **Fidal** torna dall'Oriente sono invece impietosi. Dodici atleti su quindici impegnati in batterie e turni eliminatori **non si sono qualificati**. Tamberi è arrivato in finale perché ripescato, come **Libania Grenot** nei 400 metri. Un po' meglio è andata a **Gloria Hooper** nei 200 metri femminili, qualificatasi in semifinale senza passare per i posti bonus. A conti fatti, il miglior risultato è stato il 4° posto di **Ruggero Pertile** nella maratona maschile. L'atleta

veneto ha 41 anni. Dietro di lui sono da salvare il 5° posto di **Antonella Palmisano** nella 20 km di marcia e l'ottavo di **Daniele Meucci** sempre nella maratona maschile. Non hanno fatto male le staffette, comunque senza qualificarsi per la finale.

È da **Osaka** 2007 che la truppa non rientra a **Roma** con un bottino cospicuo, ma la sofferenza era iniziata già due anni prima con una sola medaglia conquistata a **Helsinki**. A Pechino sono stati 42 i Paesi entrati nel medagliere. Ci sono **Tajikistan** e **Uganda**, ma il tricolore non è mai stato alzato sopra il **Nido d'Uccello**. E tra poco più di undici mesi iniziano i **Giochi Olimpici**.

Le colpe della Fidal sono tutte lì. La struttura tecnica è stata privata dei capi settori, una scelta che ha portato gli atleti a essere fin troppo liberi di organizzare la propria preparazione attraverso i loro allenatori, i quali devono solo coordinandosi con Magnani. E non basta il paravento degli ottimi risultati ottenuti a mondiali ed europei giovanili per nascondere una situazione disastrosa. "Abbiamo una generazione di **giovani fantastica**, dobbiamo metterli in condizione di crescere. Ci siamo riusciti, tranne che in questo momento. I risultati sono andati in controtendenza e dobbiamo capire perché. Mi assumo le mie responsabilità ma è necessario andare in fondo", dice il presidente **Alfio Giomi**. Al di là dei risultati, la crisi è anche nei grandi numeri: l'Italia ha portato 30 atleti in gara (**Marco Fassinotti** ha rinunciato al salto in alto per un problema fisico, due dei 33 convocati sono le riserve delle staffette). Poi viene il discorso qualitativo: il miglior velocista azzurro, **Jacques Riparelli**, ha corso i 100 metri in 10.41. Solo in dodici sui 56 partecipanti alle batterie hanno fatto peggio. Il decatleta **Ashton Eaton**, neo-campione e primatista del mondo, ha chiuso in 10.23. Del resto lo certifica lo stesso Giomi: "E' accaduto **il peggio**. Questa è la peggiore spedizione azzurra di sempre". Risalire in fretta e presentarsi a Rio senza l'etichetta delle comparse resta impresa impossibile.

STAFFETTE – A chiudere la manifestazione iridata è la 4×400 maschile, che vede la conferma del titolo per gli Stati Uniti che, con tre quarti della squadra che si impose a Mosca (a Pechino hanno corso David Verburg, Tony McQuay, Bryshon Nellum e LaShawn Merritt), chiude in 2'57"82, primato mondiale stagionale. Argento a Trinidad&Tobago (2'58"20), bronzo per la Gran Bretagna (2'58"51) che brucia la Giamaica al photofinish. La nazione caraibica si consola con l'oro nella gara femminile, chiusa in 3'19"13 (primato mondiale stagionale) da Christine Day, Shericka Jackson, Stephenie Ann McPherson e Novlene Williams-Hills. Argento agli Stati Uniti (3'19"44), nonostante una splendida terza frazione di Allyson Felix, chiude il podio il quartetto britannico (3'23"62).

KIPROP FA TRIPLETTA. ALLA AYANA I 5000 DONNE – Il successo nel medagliere va al Kenya, che chiude la manifestazione con il terzo titolo mondiale di Asbel Kiprop sui 1500: 3'34"40 il suo crono, sufficiente a superare in volata il connazionale Elijah Motoneo Manangoi, argento in 3'34"63, e il marocchino Abdalaati Iguider, bronzo in 3'34"67. La giornata conclusiva va ancora meglio all'Etiopia, che in campo femminile conquista l'oro dei 5000 e della maratona. Sui 5000, l'oro se lo mette al collo Almaz Ayana, bronzo due anni fa e oggi vittoriosa in 14'26"83. Argento per Senbere Teferi (14'44'07") che beffa al traguardo Genzebe Dibaba (14'44"14), che non riesce a ripetersi dopo l'affermazione nei 1500.

DIBABA ORO NELLA MARATONA – Nella maratona, invece, è Mare Dibaba ad imporsi, con il tempo di 2h27'35"; battute in volata la keniota Helah Kiprop (2h27'36"), e l'atleta del Bahrain Eunice Kirwa, bronzo col tempo di 2h7'39". Fuori dal podio la campionessa uscente, la keniota Edna Kiplagat, che chiude al quinto posto col tempo di 2h28'18". Completa il quadro dell'ultima giornata il successo di Kathrina Molitor, oro nel giavellotto femminile: la tedesca lancia l'attrezzo a 67,69 m, primato mondiale stagionale, all'ultimo tentativo; è argento per la cinese Huihui Lyu con 66,13, terzo gradino del podio

per la sudafricana Sunette Viljoen con 65,79.



ITALIA – Alta finanza e ambientalismo: gli “Amici di villa Buri” a Verona

Piacque a Marina Salamon e Marco Benatti, imprenditori veronesi attenti alle vicende sociali e politiche della città, il progetto di salvaguardare l'ambiente e il parco di Villa Buri, attraverso la conservazione ambientale e la promozione di interventi ed esperienze basate sull'incontro, il confronto e il dialogo di carattere interculturale e interreligioso; la difesa e la promozione dei diritti umani e di una cultura di pace; una economia di giustizia, per uno sviluppo equo, solidale e ecosostenibile, che consenta all'intera umanità di esercitare il diritto ad una vita dignitosa; un equilibrato rapporto tra la persona umana e la natura per la promozione di una società fondata sulla tutela dell'ambiente e sull'uso appropriato delle risorse naturali. Il risultato dell'incontro alla celebre Festa dei Popoli del 2002, fu la sottoscrizione di un contratto di comodato tra i coniugi Benatti, Salamon e l'Associazione Villa Buri onlus costituitasi nel 2003.

Tra le iniziative previste vi sono in particolare la promozione culturale di manifestazioni ed eventi di vario genere: formativi, educativi, di spettacolo e ricreativi, rivolti anche a soggetti svantaggiati.



Villa Buri, nota anche come villa Spolverini o villa Bernini Buri, è una villa veneta ubicata in località Bosco Buri nei pressi del borgo di San Michele Extra, in provincia di Verona.



È un complesso monumentale formato dalla casa patronale, dalla cappella, dai rustici, dalle scuderie, dalle stalle, dalla casa del fattore, dalla barchessa, circondata da 300 ettari di campagna e da un parco all'inglese in gran parte alberato anche con alberi esotici che, dalle sponde del fiume Adige, si estende per circa 25 ettari. È tradizione che abbia costruito la villa Gian Antonio Spolverini agli inizi del '600 su disegno di Domenico Brugnoli, nipote del Sanmicheli, ma sul luogo i Buri erano presenti già dal 1574.



La prima notizia della proprietà Buri si riferisce al dicembre 1738 quando il duca di Lorena e la consorte Maria Teresa, regina d'Ungheria e Arciduchessa d'Austria, giunsero con dame e cavalieri per "fare la quarantia di giorni vent'otto" richiesta dalla epidemia pestilenziale che si andava diffondendo a Verona.

La villa divenne salotto dell'aristocrazia del Settecento, centro culturale nell'Ottocento e fiorente azienda agricola nel Novecento. Nel 1921 l'ultimo conte che risiedette nella villa, Giuseppe Bernini Buri, si iscrisse al Partito Nazionale Fascista.



Dopo la fine della seconda guerra mondiale, per otto giorni circa, dal 25 aprile ai primi del maggio successivo, fuggiti i tedeschi insediati in alcuni locali del palazzo, ancora sfollati i proprietari, la villa fu oggetto di saccheggio da

parte della popolazione civile locale: vennero distrutti la biblioteca e l'archivio; venne asportato tutto il patrimonio artistico (comprendente 280 quadri circa); sparirono il mobilio e le suppellettili; il parco venne devastato e gli arredi sacri della cappella trovarono nuovi possessori.

Nel 1961 i Bernini Buri affittarono e poi vendettero (1971) la proprietà (20 ettari) ai Fratelli della Sacra Famiglia, che trasformarono la villa in un seminario. I nuovi proprietari vendettero in seguito la parte del parco a ridosso dell'Adige detta oggi Bosco Buri al Comune di Verona ed alcuni ettari di seminativo ad un privato. Per anni il palazzo fu casa di formazione, per poi divenire scuola media diocesana, fino al 1997, anno in cui la Diocesi di Verona decise la chiusura di tali istituti. I Fratelli della Sacra Famiglia svolgono tuttora attività di catechesi e di insegnamento in diocesi.



Nel 1994 aprirono un Centro Diurno per minori in difficoltà.

A loro si deve il restauro della villa e dei fabbricati rurali, la realizzazione di opere di manutenzione ordinaria e straordinaria: esemplare, per la cura della struttura e dell'ambiente di villa e parco, fra tutte la realizzazione dello scantinato, per eliminare infiltrazioni d'acqua dal sottosuolo, e scavato senza l'utilizzo di mezzi meccanici per

evitare che le vibrazioni potessero recare pregiudizio alla struttura.



Nel 2000 i fratelli decisero di vendere la proprietà diventata troppo grande e “ricca” per la piccola comunità che vi viveva. Nel 2001 si riunirono i rappresentanti di varie associazioni e discussero sull’eventualità di acquistare la villa. Il progetto, che queste associazioni si erano prefissate di portare a termine, era quello di creare un “Grande parco Culturale” a villa Buri.

Dal 1992 il parco fu sede della celebre Festa dei Popoli e proprio durante l’evento del 2002 avvenne un incontro del tutto casuale tra Marina Salamon e Marco Benatti, imprenditori veronesi attenti alle vicende sociali e politiche della città.



Il progetto piacque anche a loro e il risultato dell’incontro fu la sottoscrizione di un contratto di comodato tra i coniugi Benatti e Salamon e l’Associazione Villa Buri onlus costituitasi nel 2003.

Nel 2004 venne costituita l'Associazione Amici di Villa-Bosco Buri che ha il compito di mantenere e valorizzare il parco.



A fianco alla villa c'è quella che era la casa della servitù. L'orologio che possiede è privo di lancette, queste ultime portate via dai tedeschi nella guerra. Oggi all'interno c'è un centro di accoglienza.



Vicino alla barchessa c'è quella che era la casa dei lavoratori, ossia le persone che lavoravano le terre dei Buri intorno al parco. Oggi è di proprietà di un privato.



Come tutte le ville venete anche villa Buri aveva una

barchessa. Questa posta dietro alla casa della servitù e dentro a dei portici possedeva le stalle, le cucine, i magazzini e altri locali di servizio. Oggi è magazzino dell'associazione Amici di Villa-Bosco Buri.



Nel 1776 Girolamo Buri sposò Isotta Spolverini e dal loro matrimonio nacque Giovanni Danese Buri, che strutturò il parco a giardino all'inglese guadagnandosi l'encomio di intellettuali famosi ed esperti del settore come Ippolito Pindemonte e Luigi Mabil.



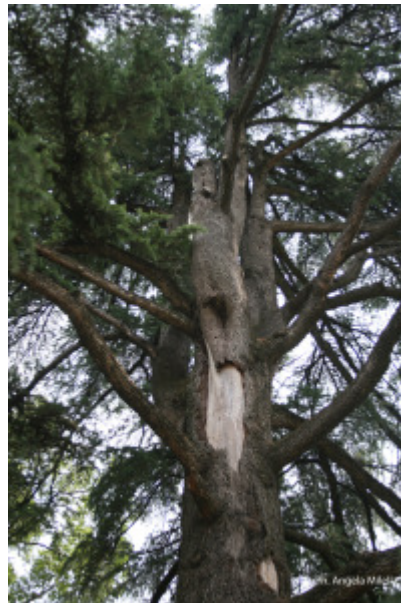
Il giardino prevedeva viali curvilinei e raggruppamenti liberi di piante, si ispirava cioè a un pittoresco bosco naturale.

Vi si trovavano reparti e installazioni speciali, come piazzali da gioco, campi di sport, padiglioni per caffè, chioschi e recicinti per spettacoli all'aperto e audizioni. Anche la natura diventava spettacolo, come dimostra la collina artificiale costruita per osservare l'Adige.



Prevedeva, naturalmente, ampia presenza di piante coltivate, tra cui molte esotiche.







Per questo sono ancora presenti numerosi alberi anche di ragguardevoli dimensioni e in qualche caso plurisecolari: “platano, sequoia, tuja, sofora, libocedro, farnia, carpine, olmo, magnolia, faggio, tiglio, betulla, acero, frassino”, per un totale di oltre 80 specie diverse.





A volte le api scelgono bosco Buri per la costruzione del loro favo.



Ai giorni nostri il Parco ha perso parte delle sue

caratteristiche originarie mantenendo tuttavia il suo fascino e dando spazio a laboratori di erboristeria e corsi di yoga.













Un posto da conoscere, adatto a chi desidera vivere a contatto con la natura e conoscere i suoi segreti, a chi ama passeggiare e ristorarsi all'ombra di grandi alberi e respirare aria fresca e profumata, cibarsi e utilizzare prodotti naturali.





ZURIGO – Mondiali truccati: sette arresti e 8 fermi per tangenti e frode fiscale. Un'inchiesta travolge la Fifa

«Vogliamo che il calcio rimanga uno sport aperto e libero per tutti. Queste persone hanno corrotto il business del calcio in tutto il mondo per arricchire sé stessi, siamo determinati a far terminare questo tipo di pratiche illegali», ha detto il ministro della Giustizia Usa, Loretta Lynch, che ha chiarito come Blatter non sia al momento sotto accusa. «Parliamo del coinvolgimento di membri della Fifa, di persone che hanno ricevuto milioni di dollari in tangenti per l'organizzazione di tornei in tutto il mondo. Tangenti e frode fiscale sono solo alcune delle accuse mosse ai soggetti coinvolti. Tutto questo è cominciato nel 1991, due generazioni di dirigenti hanno utilizzato le loro posizioni di potere per avere vantaggi dalla vendita dei tornei».

«Ci siamo concentrati sul sistema tangenti di Sudafrica 2010. Sono state pagate diverse tangenti, nel 2011 tangenti sono state pagate anche per le elezioni presidenziali della Fifa. Questo è solo l'inizio», è l'analisi del capo dell'Fbi James Comey.

Mosca, questa volta, promette di collaborare per far luce sulla verità («la nostra candidatura è pulita»), ma si difende con forza dai sospetti, assicurando come tutto si sia svolto regolarmente e accusando Washington di «uso extraterritoriale» delle sue leggi.

A Zurigo, nell'hotel Baur au Lac sono state arrestate 7 persone, gente importante che nel corso degli anni ha coperto cariche rilevanti. Sette arresti certificati più altri 8 fermi. In totale 15 uomini coinvolti, di cui 9 membri della Fifa e 6 persone che lavorano nell'organizzazione a vario titolo.

La Fifa travolta cerca di isolare le mele marce, convinta di essere «la prima vittima». Si trincerano dietro difese insostenibili: «Scopriremo chi è stato coinvolto e come. Il presidente non è implicato in questa faccenda e il congresso continuerà come preventivato». In realtà è davvero difficile continuare a dire che è colpa di pochi avidi e che non esiste un sistema sballato. E soprattutto è impossibile sostenere che Blatter, tutt'ora in carica e in corsa per un quinto mandato consecutivo, non è responsabile. Sta lì dal 1998, dovrebbe essere responsabile di ogni carta entrata nell'inchiesta. Lui non è nella lista degli arrestati ma ci sono Jeffrey Webb, presidente del Concacaf, Jack Warner il suo predecessore che si è dovuto dimettere proprio per una precedente accusa di corruzione, Eduardo Li, Jose Maria Marin, e Eugenio Figueredo, uruguayano potente ed influente che ai Mondiali si è battuto per togliere la squalifica a Luis Suarez. Con loro anche Julio Rocha (ufficio sviluppo Fifa, capo della Federazione in Nicaragua) e Costas Takkas, ex segretario della federazione delle isole Cayman. Blatter è ancora al suo posto, ma il regno sul quale vuole dominare in eterno non c'è più.

E' solo l'inizio dello scandalo e dai primi dettagli sul lavoro dell'Fbi pare che ancora le grandi votazioni per i Mondiali e gli sponsor non siano state esaminate a dovere. Servivano testimoni e pentiti per andare avanti e adesso ci

sono 15 persone in arresto che entreranno dentro l'enorme puzzle della corruzione pallonara. E dieci membri della commissione che ha votato per la sede delle prossime due edizioni mondiali saranno ascoltati in questi giorni proprio qui a Zurigo. Unici esclusi Blatter e Platini ma non è rispetto del ruolo, piuttosto fretta. I presidenti Fifa e Uefa sono residenti svizzeri e dovrebbero rispondere alla convocazione in procura in qualsiasi momento. Gli altri potrebbero dileguarsi in fretta.

È solo il primo passo di una retata destinata a stravolgere il mondo del pallone riunito in Svizzera per le votazioni, che il 29 maggio, dovrebbero decidere l'esecutivo del calcio mondiale. E in teoria confermare Sepp Blatter presidente. La mossa, scontata per quanto assurda, suona sempre più anacronistica in una giornata dove a ogni ora c'è un nuovo arresto sull'asse Zurigo-Miami: la Fifa Connection. La polizia svizzera ha già aperto un altro filone dell'inchiesta per capire cosa è successo nel dicembre del 2010, quando la Fifa ha assegnato i Mondiali del 2018 alla Russia e quelli del 2022 al Qatar.

La prima mossa arriva dal calcio europeo: «Chiediamo che le elezioni vengano posticipate e riorganizzate nei prossimi sei mesi. Farle ora potrebbe trasformare il voto in farsa e l'Uefa penserà accuratamente se presentarsi o meno in caso la richiesta venga respinta». L'Uefa attacca, una spinta calcolata perché le federazioni che fanno capo a Platini facevano già in gran parte fronda. Almeno un terzo delle nazioni, qualcuno dice la metà erano pronte a votare l'avversario di Blatter, il principe giordano Ali Bin al-Hussein. Blatter è pronto a rispondere, difficile che non si trincerino dietro frasi logore che suoneranno come lo spettacolo deve continuare. Fermarsi ora per lui significherebbe la resa.



Il Doner Kebab batte i fast food americani

Il Kebab è uno dei cibi di strada più apprezzati e “divorati”. Di origine turca ha sin da subito raccolto consensi in molti paesi Medio Orientali che hanno adattato e modificato questa pietanza in base alla loro tradizioni gastronomiche. Il termine Kebab significa “carne arrostita”, e Doner Kebab, ossia Kebab da passeggio, invece è la versione più conosciuta dai popoli Europei. La variante street food non è propriamente salutare e una porzione contiene circa 1000 kilocalorie. Nonostante questi presupposti, in molti continuano a preferirlo ad altri cibi di strada nazionali popolari. L'accrescere della sua notorietà ha portato anche molte critiche inerenti il consumo di Doner Kebab tali da poter paradossalmente definire un hamburger prodotto da una qualsiasi catena di fast food d'origine americana addirittura salutare. In Italia si è persino gridato allo scandalo, quando si è ipotizzato che la vivanda in questione potesse contenere frattaglie di animali, ma non si è tenuto conto che alcuni dei più importanti cibi tradizionali siano composti da interiora, come ad esempio la pajata romana, preparata con l'intestino tenue del vitellino da latte. Un'altra bufala legata al Kebab individuerrebbe al suo interno la presenza di batteri quali l'*Escherichia Coli* e lo *Staphylococcus Aureus*, ma un'analisi

effettuata nel 2008 dall'Università di Pisa confuterebbe questa fandonia. La non conoscenza porta sempre al disprezzo, ma se in Turchia affermassero che gli arancini fossero pericolosi per la salute umana, probabilmente ne saremmo tutti risentiti.



ITALIA – Riaperte le indagini sulla morte di Marco Pantani: un ennesimo caso di “malagiustizia”

Il 14 febbraio 2004 il corpo senza vita di Marco Pantani fu rinvenuto nel residence “le Rose” collocato nei pressi di Rimini. Aveva solo 34 anni e soffriva di una grave depressione causata da un'accusa infamante che gli aveva rovinato per sempre la carriera. Il 5 giugno del 1999, prima di percorrere un'ennesima tappa del giro d'Italia in cui risultava essere in vantaggio rispetto agli altri corridori, nella sua camera

d'albergo si presentarono alcuni ispettori dell'Unione Ciclistica Internazionale, in quella circostanza risultò dalle analisi del sangue a lui effettuate che aveva un ematocrito irregolare, ossia un livello troppo alto dei globuli rossi. Pantani negò di aver fatto uso di sostanze dopanti, né mai risultò positivo a un test antidoping, ma quel test rovinò per sempre la sua credibilità.

Durante la sua carriera ciclistica aveva collezionato 42 vittorie e nel 1998 aveva trionfato sia nel Tour de France che nel Giro d'Italia. L'esito delle indagini sulla sua morte si conclusero adducendo che si fosse trattato di suicidio, ma la sua famiglia non ha mai creduto che il "Pirata" si fosse volontariamente tolto la vita e nel 2014 grazie alla caparbiazza del suo legale, l'avvocato Antonio De Rensis è riuscita a far riaprire le indagini. I punti da chiarire sono molti, vi è la certezza che l'inchiesta non fu svolta in maniera ineccepibile. Sul luogo del delitto non furono prese tutte le precauzioni utili per non alterare la scena, il corpo del ciclista inoltre presentava molte ferite, ma per i poliziotti si trattò di un'emorragia. Il medico legale apparve sul posto solo il giorno dopo. L'ora della morte fu calcolata tra le 11:30 e le 12:30, stranamente poco prima Pantani chiese alla portineria di chiamare i carabinieri. Non ci è dato sapere quale sarà l'esito finale di questa dolorosa vicenda, resta però l'amarezza di aver assistito a un ennesimo caso di "malagiustizia".



Gli effetti benefici del magnesio. Se hai uno di questi problemi, fa al caso tuo

Il magnesio è il minerale della giovinezza, migliora la rigenerazione cellulare, aumenta l'elasticità dei tessuti, formidabile contro l'ossidazione e l'acidificazione, promuove i processi di eliminazione e dissolve le calcificazioni inappropriate a carico dei tessuti molli. Tra i principali costituenti dei tessuti di piante ed animali, il magnesio è un minerale che, coinvolto in gran parte delle reazioni metaboliche, ha una funzione straordinariamente riequilibrante. Il magnesio è un minerale essenziale che risulta carente in oltre il 60% delle persone e comporta l'insorgenza di numori disturbi.

Acne

Pulire accuratamente e applicare una soluzione di magnesio, migliori risultati si ottengono con la polvere di magnesio sciolta nell'olio di neem, pulendo poi delicatamente con una saponetta vegetale. In concomitanza assumere compresse di magnesio e un prodotto antiparassitario in tintura madre.

Alcolismo

Contrasta la azione espulsiva del Magnesio attraverso l'urina a causa di eccessi di alcool e le tachicardie spiacevoli degli alcolisti cronici, in quanto l'alcol 'mangia' il magnesio. Anche le persone che assumono saltuariamente una dose elevata di alcol avvertono delle fastidiose palpitazioni durante la notte.

Affaticamento e Astenia

Effetti benefici facilmente avvertibili anche in tempi brevi e senza che sia definita la causa. Il Magnesio fornisce energia alle cellule.

Allergie

Buon contrasto dei sintomi, anche in assenza della guarigione. Benefico in via preventiva, specie su asma, sinusite e bronchite asmatica. Considerare l'aumento significativo del dosaggio.

Alzheimer

Si ha un contrasto del deposito di alluminio nel cervello, considerata causa primaria del problema e evidenziata nelle autopsie. Si deve esercitare una forte azione specifica di prevenzione e profilassi con l'assunzione di una dieta che consideri un'elevata quantità di magnesio e un rigoroso controllo dell'alluminio assorbito.

Amalgame

Contrasta l'effetto negativo sugli enzimi del mercurio.

Angina

E' stata la prima malattia affrontata con successo da Delbet nelle sue diverse forme, quali quella faringea, difterica. La più banale, quale il mal di gola, la faringite e la tonsillite, vengono risolte molto rapidamente in pochi trattamenti ravvicinati di 2-3 ore.

Ansia

Effetti benefici rilevanti su tutto il sistema nervoso.

Anziani

Per astenia, carenze memoria, depressione e tremolii.

Artriti normali e reumatoide

Ha un' azione di contrasto alla formazione di depositi di calcio nelle articolazioni che contribuiscono largamente a innescare e a potenziare questa problematica.

Asma

Vi sono delle cause specifiche che causano una deficienza di magnesio e che possono condurre ad un problema di asma: dieta ricca di grassi e povera di verdura, stress psicofisico, eccesso di alcool e caffeina, eccesso di bevande gasate e persino una rilevante esposizione per lunghi periodi a forti rumori. L'effetto broncodilatatorio del magnesio è importante contro gli attacchi. Risultati possibili con dosi maggiorate per almeno 3-4 settimane, prima di scendere al dosaggio normale.

Astenie

Prezioso, specie la dose assunta al mattino, per le astenie primaverili e quelle adolescenziali.

Attività Cerebrale

Facile verificare personalmente un aumento costante, persino eccessivo in soggetti ipersensibili che presentano nuovi problemi di insonnia.

Bambini

Per crampi, mal di testa, facile affaticabilità, astenia, agitazione e eccitazione, aggressività, difficoltà scolastiche e problemi del sonno. Adatto alle malattie infantili, quali morbillo, scarlattina, varicella, rosolia che vanno affrontate al primo apparire dei loro sintomi. Le lesioni cutanee vanno frizionate con una miscela di magnesio e olio di neem. Indicati anche 3 gr/dì per un peso di 40 Kg.

Bocca

Oltre all'assunzione di magnesio, risultano molto positivi

lunghi e ripetuti gargarismi nell'arco della giornata.

Bronchite

Agire tempestivamente ai primi sintomi per bloccare la sua evoluzione. Se già presente in fase acuta, assumere dosi maggiorate e ripetute di magnesio, iniziando con intervalli di sei ore. Prevedere tempi medio-lunghi di almeno 20 giorni, che talvolta vanno ripetuti.

Bronco polmonite

Prontamente risolvibile, sia nei bambini che negli anziani, con dosi ripetute ogni 2-3 ore.

Bruxismo

Indicato il Magnesio insieme a prodotti antiparassitari.

Calcificazioni

I tessuti carenti di Magnesio, quali muscoli-cuore-reni-polmini-milza sono il terreno ideale per le calcificazioni (calcio eccessivo). Una calcificazione favorisce la ipertensione, l'indurimento reni, la calcinosi su ginocchia-spalle-polsi-legamenti, la formazione di calcoli renali e biliari, l'indurimento delle arterie e la senilità (azione sul cervello). L'associazione calcio e magnesio favorisce sensibilmente l'eliminazione delle eccedenze del calcio, in particolare nelle articolazioni. Si deve prevedere un periodo lungo a dosi maggiorate.

Il magnesio, agendo sulle ghiandole endocrine, favorisce la fissazione della giusta quantità del calcio e del fosforo: sul calcio ha quindi una funzione di regolazione aiutandolo a fissarlo se risulta carente o a favorire l'espulsione se è in eccesso.

Calcoli biliari e renali

Per ottenere un' azione preventiva sulla loro formazione nella cistifellea e nei dotti biliari e, se già presenti, minimizzare i loro effetti sulla cistifellea. L'aggiunta di magnesio nella dieta favorisce l'espulsione del colesterolo, perché lo rende più solubile, e sulla secrezione della bile. Il magnesio ha un ruolo importante anche per la prevenzione dei calcoli renali perché protegge l'organismo dall'accumulo di calcio nelle vie urinarie.

Capelli

Contro la fragilità. Con l'applicazione locale di magnesio sciolto in acqua, o della crema a base di magnesio, ogni giorno per un lungo periodo, operazione aggiuntiva all'assunzione normale di magnesio, si può ripristinare la normale pigmentazione nera e contrastare i capelli bianchi.

Cardio – Vascolari

Il cuore invecchia quando si riducono i livelli di Magnesio e aumenta il calcio depositato e quindi si crea una predisposizione all'ipertensione. Il Magnesio favorisce il rilassamento del cuore e quindi contro gli spasmi dei muscoli che circondano l'arteria. Effetto significativo su cardiomiopatie, congestioni, aritmie, turbe vasomotorie, irregolarità dei battiti cardiaci, senso di oppressione toracica e intorpidimento delle estremità.

Cistifellea

Effetti positivi sulla cistifellea, specie quando essa è intasata o sono presenti delle infezioni alle vie biliari.

Cistiti normali e ricorrenti

Basta anche la dose normale assunta con regolarità.

Colesterolo

Il magnesio riduce quello cattivo e aumenta quello buono.

Colite cronica

Un'assunzione regolare e prolungata crea una regolarizzazione della situazione.

Congiuntiviti

Prezioso o risolutivo per le congiuntiviti dalle congiuntiviti croniche, da lenti a contatto e nelle neuriti ottiche. Viene rallentata o si evita l'atrofia del nervo ottico e si ritarda l'insorgenza del glaucoma.

Crampi muscolari specie nelle gambe

Risulta assolutamente e semplicemente 'INDISPENSABILE'

Denti

Il Magnesio è il più importante minerale per la loro robustezza e l'assorbimento degli altri minerali, per rinforzare lo smalto e per contrastare gli effetti negative nelle cavità, quale la piorrea alveolodentale che viene innescata o potenziata dall'autointossicazione e dall'artrite: il trattamento con il magnesio risulta un ottimo coadiuvante del trattamento dentistico. Infatti favorisce inoltre la fissazione del calcio e che questo si depositi in zone sbagliate o, se già depositato, ne favorisca il riassorbimento.

Depressione

Il magnesio presenta un effetto euforizzante e la sua carenza può produrre, oltre a una depressione, delle turbe dell'umore e comportamenti antisociali.

Diabete tipo I e II

In queste situazioni si ha un forte effetto di eliminazione del magnesio. La sua assunzione, a dosi elevate, può rendere necessario un minor insulina e presenta effetti molto positivi

sulle complicazioni devastanti quali le retinopatie, le microangiopatie e gli effetti cardiorenali. Molti studi hanno evidenziato che il magnesio libero intracellulare è alquanto inferiore rispetto alla popolazione generale e questo fatto ha una rilevanza clinica essendo il magnesio un cofattore essenziale in molteplici reazioni enzimatiche coinvolte nei processi metabolici. La resistenza dall'insulina, problema centrale nel diabete di tipo II, è associata con una ridotta quantità di magnesio intracellulare ed è suscettibile di migliorare con l'assunzione orale di magnesio. Va ricordato che nella situazione diabetica si riscontrano specifici problemi associati al magnesio, quali una sua eccessiva espulsione dai reni, effetti dell'insulina sul metabolismo del glucosio e il concomitante uso di medicinali che provocano la diminuzione ulteriore di questo minerale.

Un supplemento di magnesio favorisce:

- una normalizzazione del deficit del magnesio libero intracellulare
- un incremento della sensibilità insulinica
- una protezione contro le complicazioni diabetiche
- una riduzione dei livelli di pressione

Digestione

Migliora l'ambiente digestivo e le attività enzimatiche, contrastare gli spasmi digestivi, i crampi epigastrici e tutte le dispepsie (digestioni difficili).

Dismenorrea

Interviene sui dolori.

Disturbi dell'equilibrio

Buoni riscontri

Diuretici

Queste tipologie di farmaci facilitano la perdita di magnesio, oltre a provocare problemi cardiaci.

Dolori e mialgie

Effetti molto sorprendenti, specie se essi sono causati da nervi e/o localizzati nel collo e nella schiena.

Dolori Vertebrali Cervicalgie, dorsalgie, lombalgie e pseudosciatiche.

Eczema

Frizionare anche con magnesio sciolto in acqua e lasciare asciugare. Assumere la dose normale con regolarità. Cercare di rintracciare e eliminare il prodotto che provoca l'allergia da contatto.

Energia

Una carenza di Magnesio implica la necessità di maggior ossigeno, specie in un'attività fisica, e una più rapida stanchezza muscolare. Significativo effetto sul mitocondrio, esso contribuisce a generare energia dalle cellule umane, che è molto influenzato dalle calcificazioni.

Febbre

Utilissimo negli stati febbrili, per il suo effetto antibiotico, con effetti rapidissimi su affezioni batteriche e virali se assunto massicciamente e ogni 2-34 ore.

Ferite

La soluzione in acqua del magnesio ha una azione disinfettante, senza fastidi, e risultati maggiori sono ottenuti con l'aggiunta di olio di Neem che contribuirà alla ripristino veloce della pelle con l'assenza di cicatrici.

Fibromialgie

Tende a ridurre il dolore e mollezza. Buona associazione con l'acido malico per una ulteriore riduzione del dolore.

Formicolio agli arti e alle mani.

Gastroenterite

Per ottenere dei miglioramenti e un impatto positivo in presenza di dissenteria. Considerare delle dosi maggiorate.

Ghiandole disordini

Tende ad una normalizzazione delle loro funzioni.

Gravidanza e parto

Assumere con costanza dall'inizio della gravidanza il magnesio per contrastare o annullare i problemi di crampi, le irritazioni notturne, una tensione muscolare e i dolori generalizzati, il vomito iniziale e le crisi di eclampsia durante e dopo il parto. Il forte rilassamento muscolare permette di minimizzare i problemi durante il parto, le contrazioni sono più efficaci e sopportabili, e le problematiche successive, sia a livello muscolare che di tensione nervosa. La carenza di magnesio della madre può contribuire a diverse patologie del neonato, quali le convulsioni, le gastroenteriti.

Infiammazioni

Il Magnesio nelle cellule tende alla diminuzione del fenomeno infiammazione, specie se associato al prodotto specifico per questi problemi rappresentato dal MSM.

Influenza

Effetto di prevenzione sorprendente se si è costanti nell'assunzione. In particolare se si prevede un'epidemia. In caso della comparsa dei sintomi, raddoppiare la dose standard e assumerla ogni 2-3 ore nel primo giorno: sarà già possibile

constatare i buoni risultati ottenuti. Per l'effetto tonico del Magnesio si avrà poi una minima post-astenia. Nessuna controindicazione se vengono assunti i normali farmaci.

Intestino

Il magnesio ha un forte effetto di normalizzazione della situazione intestinale, sia in presenza di diarrea o stipsi. In caso di stipsi cronica, si può inizialmente creare una situazione di diarrea leggera per 2-3 giorni e poi la normalizzazione e una più efficace azione dei muscoli della peristalsi. Iniziare con la dose normale e aumentare gradualmente in pochi giorni sino ad una dose maggiorata da mantenere per alcune settimane. Una stipsi occasionale può essere eliminata con un aumento momentaneo della dose giornaliera. In casi di diarrea si avrà una riduzione delle feci e una loro forte deodorizzazione.

Intolleranze alimentari

Si otterrà una diminuzione delle manifestazioni, quali gonfiori-flatulenze-infiammazioni ai legamenti e i mal di testa.

Intossicazione

Forte contrasto e possibile eliminazione degli effetti anche con una sola dose d'urto. Assumere il magnesio anche in presenza di vomito e diarrea.

Invecchiamento

Il magnesio rappresenta sicuramente un rimedio che può rallentare significativamente il processo di invecchiamento. Con la naturale maggior perdita di magnesio nell'invecchiamento, aumentano i fenomeni di infiammazioni e calcificazioni. Con gli anni il calcio trasmigra lentamente dalle ossa a tutti i tessuti molli (incluse le ghiandole) creando, con le calcificazioni, le premesse di molteplici

malattie. Iniziano a apparire oltre a tremori, prurito, turbe prostatiche, incontinenza urinaria, perdita di memoria, insonnia e abbassamento del tono generale, stanchezza esagerata, emotività accentuata. Il magnesio riesce brillantemente a contrastare molti degli effetti causati dall'invecchiamento. Le macchie scure tipiche dell'età senile sono fortemente contrastate. Vedere anche 'muscoli'.

Ipertensione

Aumentando il magnesio intracellulare si ha un forte co fattore per una diminuzione dell'alta pressione, inoltre esso rallenta la secrezione di adrenalina e favorisce l'eliminazione del calcio patologico.

Irritabilità – Irrequietezza – Tensioni Specie di origine nervosa, sono notevolmente beneficiati.

Libido

Con il Magnesio si ottiene molto sovente una netta crescita della libido e del desiderio sessuale, con effetti riscontrabili nei casi di impotenza.

Linfociti

Viene aumentata la loro produzione.

Mal di testa

La carenza di Magnesio determina situazioni ipertensioni vascolari e quindi la situazione di una cattiva irrorazione del sangue e conseguenti dolori. Spesso si ottengono immediati benefici con una singola dose maggiorata di magnesio o assumere contemporaneamente del magnesio e del calcio.

Memoria e concentrazione

Il magnesio aumenta l'attività celebrale con un dosaggio medio alto. Alcune persone registrano un'insonnia per l'accresciuto

livello energetico generale.

Menopausa

Benefici generalizzati.

Miopia

Riscontrati miglioramenti con cicli lunghi.

Muscoli rigidità e indolenzimento

Si ha un contrasto della stanchezza, degli spasmi muscolari e delle contratture e da ogni causa neuromuscolare. Nelle persone anziane si può realizzare una soluzione positiva al problema dell'andatura a scatti, dalle difficoltà a scendere le scale e dalla scrittura che tende a diventare molto irregolare.

Nervi

Significativo effetto calmante, stabilizzante e rinfrescante. Effetto euforizzante e energizzante sull'intero sistema nervoso. Contrastate le situazioni di confusione mentale e i molteplici disturbi nervosi dovuti alla carenza di magnesio, quali l'ipermotività, il nervosismo, l'ansietà, senso di angoscia con 'nodo' alla gola, turbe dell'umore, vertigini, sensazione di svenimento imminente, stato di malessere generale.

La spasmofilia

viene definita come una forma clinica di ipereccitabilità neuro-muscolare dovuta a una carenza cronica di magnesio.

Obesità

Il Magnesio risulta indispensabile per una riduzione di peso.

Ossa

Il Magnesio è contenuto prevalentemente nelle ossa ed ha la massima importanza nella fissazione del calcio al fine di avere delle ossa sane e robuste. Vedere 'calcificazioni' e 'osteoporosi'

Osteomielite

Riscontri molto positivi e generalizzati nei bambini e adolescenti per l'effetto citofilattico del magnesio assunto per un periodo prolungato.

Osteoporosi normale e post-menopausa

La normale diminuzione della massa ossea crea una maggior facilità di fratture che sono contrastate notevolmente dal Magnesio, che invece favorisce una maggior densità ossea e il loro irrobustimento. Assunzioni di dosi elevate per un lungo periodo (anche con calcio-fosforo-fluoro) per risultati consolidati.

Otite

Affrontare all'inizio dei dolori il problema con una accresciuta dose e con l'inserimento di alcune gocce della soluzione tiepida di magnesio nell'orecchio. Risultati superiori e più rapidi se si aggiunge anche alcune gocce di olio di neem,

Parkinson Morbo

Come coadiuvante ad altri trattamenti e specificatamente per contrastare efficacemente i tremori.

Pelle

Tutte le problematiche della pelle ottengono un beneficio con l'assunzione del magnesio e con la lozione e la crema ad uso esterno, sia in forma pura o con la miscelazione di olio di Neem che rappresenta il prodotto specifico.

Pertosse

Possibilmente intervenire all'inizio della malattia per ottenere il blocco dei fenomeni ad essa associata o una forte riduzione della fastidiosa tosse e arrestare definitivamente la malattia. Assunto successivamente si avrà comunque una diminuzione dei tempi e un più rapido ristabilimento.

Pataracchio o giradito

Questa infiammazione di varia natura delle dita, può essere risolta in pochi giorni con una soluzione di magnesio completata di olio di Neem.

Polmoni e enfisemi polmonari

Risultati molto positivi, ma in tempi di almeno 20 giorni, eventualmente ripetuti.

Prostata

Contrasta efficacemente l'ingrossamento della prostata e persino farla retrocedere, specie a dosi maggiorate, e i disturbi dell'infiammazione, quali una minzione frequente e dolorosa. La ritenzione idrica cronica, completa e incompleta, possono migliorare. Considerare un periodo di trattamento intensivo di diverse settimane e la necessità di un trattamento di mantenimento per evitare il ritorno dei sintomi.

Prurito

Normalmente si ottiene una incisiva azione positiva con il magnesio e, se necessario, completare con la crema al magnesio e all'olio di neem. I pruriti possono scomparire rapidamente, incluso quello da emorroidi e da eczema secco e squamoso (in qualche settimana).

Psoriasi

Le manifestazioni spiacevoli e dolorose sono fortemente contrastate dall'assunzione di magnesio e dal trattamento locale con olio di Neem al fine di ovviare in poche ore al prurito e alle perdite di sangue; le squamazioni vengono minimizzate e inglobate nella pelle. Da considerare un periodo di almeno 4-6 mesi a dosi maggiorate o doppie per realizzare un beneficio interno e allungare i tempi dei fenomeni. Una tecnica assolutamente indolore e priva di costo che sta riscuotendo un recente successo è rappresentata dal bagno derivativo.

Radioattività

Essendo letteralmente sommersi dalle radiazioni, anche semplicemente dal televisore e monitor dei computer, che hanno un forte effetto di sconvolgimento sulle cellule e causa di innumerevoli patologie, necessita imperativamente assumere il magnesio per le sue proprietà chelanti delle radioattività.

Raffreddore e reucedine

Agire tempestivamente e assumere 1-2 grammi ogni 2-3 ore per ottenere effetti rapidissimi, anche se talvolta basta aver preso una sola dose. Se il raffreddore è già consolidato può essere opportuno installare anche qualche goccia di magnesio disciolto in acqua direttamente nelle narici.

Raffreddore da fieno

Assumere sistematicamente dosi adeguate iniziando almeno un mese prima del periodo critico. Se il raffreddore si innesca assumere dosi maggiorate di magnesio, installando anche delle gocce nel naso mattino e sera, per un periodo di alcune settimane.

Reumatismi

Effetto antinfiammatorio e fissazione del calcio ove esso è carente.

Sciatica acuta e cronica

Risposta positiva da dosi maggiorate assunte più frequentemente nella giornata.

Sindrome da stanchezza Cronica

Essendo attribuita al virus Epstein-Barr, risulta prezioso l'aspetto citofilattico del magnesio con una assunzione a dosi maggiorate per un periodo prolungato.

Sistema immunitario

Il magnesio dinamizza e incrementa le difese immunitarie.

Sonno

Significativo effetto benevolo nell'addormentarsi, in caso di sonno agitato, con risvegli notturni o contro il disagio del mattino.

Spasmofilia

Specie per ipersensibilità nervosa. Risultati possibili anche con il colon irritabile.

Sport

Riduce l'iper-eccitabilità muscolare.

Stitichezza

Aumentando notevolmente l'idratazione intestinale, si ottiene una normalizzazione della funzione intestinale e le feci diventano inodori.

Stomaco

Favorisce l'espulsione del gas, una miglior digestione, l'espulsione dei germi presenti nel cibo uccisi dai succhi gastrici per contrastare gli spasmi dolorosi dopo i pasti e i fenomeni di meteorismi. Si otterranno delle digestioni più

facili e minori disturbi intestinali.

Tiroide disordini

Associato ad altri integratori, esercita un'azione molto favorevole sui noduli

Tonico effetto Generale sul corpo e sulla psiche.

Tremori Generali o localizzati.

Unghie

Si irrobustiscono notevolmente e avviene la sparizione delle macchie bianche che rappresentano visivamente la dimostrazione di una carenza di magnesio.

Vista stanchezza

Buoni riscontri

Ustione

Oltre all'assunzione, applicare una soluzione di magnesio integrata con olio di Neem per prevenire eventuali infezioni e per far ricrescere rapidamente la pelle.

Verruche

Ottimo effetto del magnesio e della sua crema, sia pura che miscelata all'olio di Neem.

Qual è la dieta migliore per avere il corretto quantitativo di magnesio? I vegetali a foglia larga sono ricchi di magnesio (essendo il magnesio l'elemento centrale della molecola di clorofilla), poi noci, mandorle ,albicocche secche, fichi, banane. Cibi straordinariamente ricchi di magnesio sono le alghe, i semi di lino , i semi di sesamo, i semi di zucca, i semi di girasole, gli alfa alfa, i germogli di alfa alfa e i germogli di cereali integrali in chicchi. Ma la tendenza a cuocere e a privilegiare latticini ed alimenti carnei è causa

di dispersioni e carenze. In un simile contesto l'organismo non riesce a reperire i 300-350 mg circa di cui quotidianamente avrebbe bisogno.

Il citrato di magnesio (es. magnesio supremo), ottenuto per reazione fra carbonato di magnesio e acido citrico, è quello che più si presta ad essere assorbito e che, di fatto, esprime maggiori capacità nel riequilibrio delle attività organiche in genere.



Gli effetti tossici della tachipirina che nessuno conosce

Molti ne abusano e la somministrano anche ai bambini molto piccoli.

Ma quello che la gente non sa, grazie anche alla mancanza di informazione da parte del Sistema Sanitario Nazionale, è che la tachipirina è un farmaco molto tossico che può danneggiare in maniera marcata l'organismo e soprattutto il delicato sistema immunitario dei bambini.

Gli effetti collaterali della tachipirina

Esiste una letteratura medica che riguarda il paracetamolo che risale già al 1967 (cfr Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics 156, 285, 1967), che spiega quali

sono gli effetti collaterali del principio attivo della tachipirina alle dosi terapeutiche: vertigini, sonnolenza, alterazioni ematologiche, secchezza orale, problemi di accomodazione, nausea, vomito, fenomeni allergici, tipo glossite (lingua gonfia) orticaria, prurito, arrossamenti cutanei, broncospasmo, porpora trombo-citopenica.

Questi effetti collaterali della tachipirina sono stati riportati anche circa vent'anni fa in un libro del dott. Roberto Gava (l'Annuario dei Farmaci), dove aggiunge che il paracetamolo possiede anche un'elevata tossicità acuta dose-dipendente con gravi effetti epatici, ittero ed emorragie, e la possibilità di avere una progressione verso l'encefalopatia, il coma e la morte.

Inoltre la tachipirina può causare insufficienza renale con necrosi tubulare acuta, aritmie cardiache, anemia emolitica, agranulocitosi, e pancitopenia.

(L'Aifa pubblica i 30 medicinali con maggiori rischi collaterali: podio per l'aspirina. Ecco quali sono) continua a leggere l'articolo

Gli effetti tossici della tachipirina

Gli effetti tossici del paracetamolo sono ampiamente noti da decenni, e gli ultimi studi risalgono ad una pubblicazione del 2010 da parte del New Zealand Asthma and Allergy Study Group a cura del dott. Wickens e Colleghi sulla rivista "Clinical & Experimental Allergy". Quello che spiegano, in sintesi, è che il paracetamolo (quindi la tachipirina) è un potente farmaco ossidante e consuma le scorte del nostro più potente antiossidante: il GLUTATIONE. E quando questo scarseggia, il paracetamolo svolge la sua azione epatotossica. "L'effetto epatotossico è spiegato da un metabolita del paracetamolo (l'N-acetil-p-benzochinone), che viene neutralizzato da un sistema epatico glutathione-dipendente. Dopo che le scorte intraepatocitarie di glutathione si sono esaurite il metabolita si lega con le proteine del citosol epatocitario (dopo circa dieci ore dall'assunzione) e svolge

al sua azione epatotossica". (L'Annuario dei Farmaci , dott. Roberto Gava).

(Il farmaco è un veleno: tutta la verità sui medicinali contraffatti e il ruolo del farmacista. Intervista al presidente dell'Ordine dei farmacisti di Napoli) continua a leggere l'articolo

I pericoli dei vaccini associati alla tachipirina

Il dott. Gava aggiunge che il paracetamolo viene somministrato anche ai neonati, pur sapendo quanto questi scarseggino di sostanze antiossidanti come il glutathione. Tra l'altro sembra che la tachipirina sia somministrata ai bambini piccoli dopo aver fatto i vaccini di routine, con conseguenze a dir poco disastrose e vi spiego perché.

Sappiamo che la cisteina (un aminoacido essenziale che permette la produzione di glutathione da parte del fegato e del cervello) viene sintetizzata da un enzima, la metionina sintetasi, e che il mercurio contenuto nei vaccini blocca l'attivazione di questo enzima con la conseguenza di una maggiore probabilità di alterare lo sviluppo cerebrale con incremento di autismo e del disturbo da iperattività (ADHD), patologie che sono enormemente aumentate in questi ultimi anni. Tra l'altro i bambini autistici hanno il 20% in meno di cisteina disponibile e il 54% di livelli più bassi di glutathione e questo comporta una maggiore incapacità del loro organismo di espellere metalli tossici come il mercurio (sia alimentare che dei vaccini).

Ne consegue che questi soggetti non dovrebbero mai assumere tachipirina almeno nei primi anni di vita, sicuramente non prima di aver superato i due anni. Infatti sotto i sei mesi, un bimbo non è in grado di espellere il mercurio vaccinale poiché il fegato è ancora "immaturo". È dimostrato, tra l'altro, che il mercurio entra molto facilmente e si accumula nei tessuti cerebrali dei bambini (ma non solo) dato che la loro barriera encefalica è più recettiva.

In più, il mercurio, a dosi elevate altera la mitosi cellulare

in un cervello in accrescimento come è quello di un bambino. Studi scientifici del 2008 e del 2009 hanno dimostrato che l'assunzione di paracetamolo aumenta la probabilità dei bambini piccoli di ammalarsi di autismo. Eppure latachipirina spesso viene data dopo l'assunzione dei vaccini per "spegnere" gli effetti visibili e tranquillizzare quei genitori totalmente ignari di ciò che potrebbe succedere in quei soggetti più predisposti a livello immunitario ai danni dei vaccini. Febbre alta? Tachipirina. Il bambino piange? Tachipirina. Abitudine che spesso non finisce con l'età, perché molti adulti assumono tachipirina ai primi sintomi di mal di testa, mal di schiena o semplicemente per qualche linea di febbre.

Pochi giorni fa è uscita una notizia su Informasalus, che riporta uno studio coordinato dal dott. Julian Crane : "Farmaci con paracetamolo: rischio asma e allergie per i bambini". Il dott. Crane spiega che secondo le sue ricerche, i bambini che hanno utilizzato il paracetamolo prima di aver compiuto i 15 mesi di età (il 90%) hanno il triplo di probabilità in più di sviluppare una sensibilità agli allergeni e il doppio di probabilità in più di sviluppare sintomi come l'asma verso i sei anni rispetto ai bambini che non hanno assunto tachipirina e simili farmaci conparacetamolo.

Tutte queste notizie dovrebbero farci riflettere, anche perché si tratta di un farmaco che più che un'azione antinfiammatoria ha un'azione antipiretica e analgesica. Quindi attenti agli abusi, poiché è una sostanza che svolge sempre e comunque un effetto epatotossico.

Il consiglio del dott. Roberto Gava (specializzato in Cardiologia, Farmacologia Clinica, Tossicologia Medica, si è perfezionato in Omeopatia Classica, Agopuntura Cinese, Ipnosi Medica) è quello di non somministrare paracetamolo ai bimbi piccoli, specie se immaturi o se hanno assunto farmaci per tempi prolungati o se sono stati sottoposti a vaccini da meno di un mese non vaccinare i bambini sotto i due anni di età non accettare mai più di uno o massimo due vaccini per volta far

eseguire a bambini esami ematochimici per capire le capacità antiossidanti e quanto sia maturo il loro sistema immunitario e la loro capacità epatica di espellere le tossine.

Infine, cercate medici che abbiano una visione più aperta alle conoscenze di Medicina Naturale e di Omeopatia in generale, che sappiano seguire i genitori nel gestire le malattie dei primi anni di vita, aumentando le difese immunitarie del bambino senza imbottirli di farmaci come la tachipirina a tutti i costi.



GRECIA – Tsipras blocca il calcio: troppe violenze, sospesi tutti i campionati

Dopo gli scontri ad Atene, Larissa e all'assemblea di Super League, il primo ministro greco ha fermato il pallone ellenico. azione che non era riuscita a Mario Monti in pieno scandalo calcioscommesse.

Lo ha deciso oggi il governo dopo gli scontri tra tifosi nei derby Panathinaikos-Olympiacos e Larissa-Olympiakos Volou e dopo che, nell'assemblea della Super League (la Lega di Serie A greca), dirigenti e presidenti se le sono date di santa ragione. Il ministro dello sport Stavros Kontonis ha incontrato il premier Alexis Tsipras, da cui ha ricevuto il

via libera. Con i rappresentanti della federcalcio ellenica e delle due leghe Super League (prima divisione) e Football League (seconda) ha comunicato la decisione: le partite del prossimo fine settimana calcistico rinviate a data da destinarsi, quindi sospensione, fino a che i rappresentati dei club non troveranno un accordo per arginare la violenza e sottoscriveranno le nuove normative di sicurezza, tra cui l'obbligo di telecamere dentro e fuori gli stadi.

Quello che non era riuscito all'allora premier italiano Mario Monti nella primavera del 2012, in pieno scandalo calcioscommesse, riesce ora al governo di sinistra di Syriza, già sotto pressione dell'ala più intransigente del partito e di buona parte del suo stesso elettorato, per gli accordi con la UE.

E' la terza volta in una sola stagione che il calcio viene sospeso. La prima per l'uccisione di un tifoso in un match di terza divisione, la seconda per l'accoltellamento di un dirigente dell'associazione arbitrale (ed ex arbitro internazionale).

E' scoppiato il caos prima del "derby degli eterni nemici" tra Olympiacos e Panathinaikos, dopo 15 minuti di fuochi d'artificio, i tifosi ospiti hanno invaso il campo, per impedire che il presidente dell'Olympiacos Vagelis Marinakis facesse la sua solita passeggiata sul terreno di gioco, e poi hanno dato la caccia ai giocatori. Altra invasione nell'intervallo del match, con la polizia che ha reagito in maniera giudicata eccessiva inondando i settori dello stadio di gas lacrimogeni. Scene di violenza anche nel derby tra Larissa e Olympiakos Volou, in seconda divisione. Mentre nell'assemblea di Lega è successo di tutto con lo stesso Marinakis che avrebbe tirato un bicchiere contro il presidente del Panathinaikos Yiannis Alafouzos, mentre una guardia del corpo avrebbe tirato un pugno in faccia al suo secondo Vassilis Constantinou. Per questo, il governo Tsipras ha disposto la sospensione di tutte le partite di calcio nel

paese.



ITALIA – Rapporto Ispra sulle acque, trovati 175 pesticidi. Lombardia e Veneto le regioni più contaminate

Lombardia e Veneto sono le regioni con la maggior contaminazione da pesticidi delle acque, lo rivela l'ultimo rapporto Ispra.

Rapporto Ispra sulle acque italiane, trovati 175 pesticidi – Cresce la contaminazione delle acque italiane superficiali e sotterranee. L'ultimo rapporto Ispra relativo all'indagine sulla presenza di pesticidi nelle acque, nel periodo compreso tra 2011 e 2012, ha evidenziato la presenza di 175 sostanze attive su 27.995 campioni analizzati nel biennio; il rapporto 2014 è dunque drammatico, considerato che il precedente rapporto aveva rivelato la presenza di 166 sostanze attive. L'aumento è conseguenza dell'effetto accumulo, dal momento che le molecole di alcuni pesticidi non scompaiono rapidamente e con il tempo tendono a sommarsi. Il quadro più drammatico sia per quanto riguarda le acque superficiali che quelle sotterranee è la in pianura Padana e Veneta, ed in particolare in Lombardia con il 92%, ma anche in Sicilia, dove nell'88% dei campioni analizzati è stata riscontrata la presenza di

pesticidi, e a seguire l'Emilia Romagna con l'87,5% ed il 72% di acque sotterranee inquinate.

Nel 2012 i punti di campionamento sono stati 3.500 per 14.250 campioni, cercando nel biennio complessivamente 335 sostanze. Ciò che è emerso a livello nazionale è stata la presenza di pesticidi nelle acque superficiali, nel 56,9 % dei 1.355 punti controllati; per quanto riguarda le acque sotterranee invece la presenza di pesticidi è stata accertata nel 31% dei 2145 punti. con livelli di contaminazione più bassi rispetto alle acque superficiali ma che tendono a spingersi fino alle falde profonde. La fonte principale della contaminazione resta l'agricoltura: sono infatti 400 le sostanze usate nel solo 2012, per 134.242 tonnellate di prodotti fitosanitari. Tra i pesticidi sono infatti stati trovati residui di prodotti fitosanitari come insetticidi, fungicidi, erbicidi, immessi nell'ambiente e che sono stati riscontrati sotto forma di molecole di imidacloprid, oxadiazon, bromacile, 2,6-diclorobenzammide, bentazone, metalaxil, desetil-terbutilazina, atrazina e atrazina-desetil e oxadixil. Una delle molecole che più preoccupa è l'imidacloprid, potenzialmente dannoso per il sistema nervoso dei bambini. La particolarità dei dati riportati da Ispra è che negli ultimi 10 anni sono calate del 10% le vendite dei pesticidi, ma l'effetto del calo non è stato riscontrato nella presenza di pesticidi nelle acque, con concentrazioni in netto aumento.



Kathrine Switzer: la prima maratoneta sfidò Boston nel 1967

La strada del conseguimento delle pari opportunità per le donne è sempre stata costellata da ostacoli rappresentati dal cameratismo maschilista e paradossalmente anche da altre donne che la pensano in maniera diversa da quelle promotrici di innovazione e giustizia, queste ultime non si sono mai arrese né mai lo faranno, perché sanno che lottano anche per le altre. Il 5 gennaio 1947 nacque Katherine Switzer la prima donna che partecipò nel 1967 alla maratona di Boston percorrendo il tragitto in 4 ore e 20 minuti, prima di lei nessuno aveva mai osato farlo a causa del divieto di partecipazione impartito alle donne, perché ritenute inadatte a compiere tale percorso.



La famosissima Boston Marathon si svolge annualmente ogni terzo lunedì di aprile dal 19 aprile del 1897 e richiama a sé numerosi appassionati e dilettanti maratoneti. Kathrine Switzer sin da adolescente coltivò la sua passione per la corsa, ma comprese sin da subito che non avrebbe potuto diventare un'atleta e decise di divenire una giornalista sportiva. Importante e fortuito fu il suo incontro con il postino dell'università, Arnie Briggs, esperto maratoneta. A vent'anni decise d'iscriversi alla maratona di Boston e dato il veto lo fece in forma anonima, assieme al suo fidanzato Tom Miller. Durante lo svolgimento della competizione, il direttore di gara Jock Semple si accorse della presenza della corrittrice e strattonandola le intimò di fermarsi. In soccorso della ragazza intervenne il suo fidanzato che riuscì a liberarla. Katherine proseguì la competizione e da allora le donne ebbero la possibilità di poter prendere parte alla nota maratona.